



# Informationsveranstaltung «Gehört Ritzen zur Pubertät? – Umgang mit Gefühlen im Jugendalter»

Liebe Interessentin, lieber Interessent

Gerne informieren wir Sie über die Inhalte unserer Informationsveranstaltung "Gehört Ritzen zur Pubertät? – Umgang mit Gefühlen im Jugendalter" und würden uns freuen, Sie an der Veranstaltung begrüssen zu dürfen. Die Veranstaltung richtet sich vor allem an Eltern und Angehörige von Betroffenen, aber auch an weitere Interessierte.

Zum Jugendalter gehören Gefühlsschwankungen oftmals dazu. Wie intensiv diese sind und wie Jugendliche damit umgehen, ist unterschiedlich. Dabei verschwimmt die Grenze zwischen dem, was normalerweise in der Pubertät zu erwarten ist, und dem was Krankheitswert hat. Man hört Vorurteile wie: «Jeder Jugendliche hat ein bisschen Borderline».

An dieser Veranstaltung informieren wir zum Umgang mit Gefühlen im Jugendalter und wir sprechen darüber, was «normal» ist und wann Eltern hellhörig werden sollten. Es werden Aspekte wie selbstverletzendes Verhalten und heftige Gefühlsausbrüche beleuchtet. Sie erhalten erste Informationen dazu und wie sie damit im Alltag umgehen können.

Freundliche Grüsse

Ramona Chicherio

*(Image by Freepik)*

**07. November**

Informationsveranstaltung:  
«Gehört Ritzen zur  
Pubertät? – Umgang mit  
Gefühlen im  
Jugendalter»

QR zur Ausschreibung:



## Organisatorisches

Referierende  
Ramona Chicherio

Veranstaltungsort  
Mehrzweckraum KJPP,  
Neumünsterallee 3, 8032  
Zürich

Datum der Veranstaltung  
07.11.2024

Dauer der Veranstaltung  
18.15 – 19.45

Anmeldeschluss  
06.11.2024

